

# Examen Tekwondo Panteras Celtas

## Examen 4º Kup

### Físico:

1. Tul Joong-Gun.
2. Las cinco formas anteriores y su terminología releante.
3. Combate a un paso: Ilbo Matsogi  
El atacante y el defensor se enfrenta, se saludan y se colocan en posición de piés paralelos.  
El atacante ataca con grito, usando técnicas de pie o mano solo con el lado derecho.  
El defensor debe adoptar la distancia adecuada a la técnica a utilizar antes de empezar. Utilizará movimientos defensivos y/o bloqueos, seguidos de contraataques apropiados.  
El atacante y el defensor alternarán roles.
4. Combate libre.
5. Rotura: Patada lateral a la media vuelta, patada de lado, patada circular a la media vuelta (ambas piernas).

### Teoría:

1. Joong-Gun tiene 32 movimientos.
2. Joon-Gun recibe el nombre del patriota An Joong-Gun que asesinó a Hiro-Bumi, el primer gobernador general Japonés de Corea, conocido como el hombre que lideró la mezcla de Corea y Japón. Hay 32 movimientos en esta forma para representar la edad del señor An cuando fue ejecutado en la prisión de Lui-Shung (1910).
3. La posición preparatoria para Joong-Gun es Moa Junbi Sogi 'B'.
4. Posición de pies juntos 'B': Moa Jumbi Sogi 'B'.
5. Bloqueo medio con el reverso del canto de mano: Sonkal Dung Kaunde Makgi.
6. Bloqueo con la palma hacia arriba: Sonbadak Ollyo Makgi.
7. Posición L corta (derecha e izquierda): Dwitbal sogi (orun and wen).
8. Golpe con el codo hacia arriba: Wi palkup Taerigi.
9. Posiciones consecutivas: Yonsok Sogi (convertir una posición en otra sin dar un paso hacia adelante).
10. Puños verticales gemelos: Sang Sewo Jirugi.
11. Puños en gancho: Sang Dwijibo Jirugi.

12. Bloqueo ascendente en X: Kyocha Joomok Chookyo Makgi.

13. Bloque de presión con la palma en posición caminando larga: Nachou Sogi Sonbadak Noollo Makgi.

14. Kyockja Jirugi: Puñetazo en ángulo.

15. Bloqueo en U: Sang Bandalson Digutja Makgi.